

Kulinarische Schätze der Natur



Im Herbst bietet die Natur viele kulinarische Schätze. Der Verein Kuhmuhne hat es sich zur Aufgabe gemacht, fast vergessene Gemüse- und Kräutersorten zu bewahren. Copyright Foto: Schaugarten Schönhagen

Es wird Herbst und die herbstlichen Köstlichkeiten der Natur kann man sich jetzt wortwörtlich auf der Zunge zergehen lassen. Pilze, heimische Beeren und Obst haben Saison und schmecken selbst gepflückt noch viel besser. Katzensprung verrät, wo kulinarische Highlights in der Natur zu finden sind.

Bonn, 12. September 2023

Am Wegesrand, auf Wiesen oder gut versteckt in dichten Wäldern: Die Natur hält im Herbst allerlei Köstlichkeiten bereit. Davon profitieren nicht nur die Tiere, sondern auch wir Menschen. Aber aufgepasst: Ein achtsamer Umgang mit der Natur ist ein Muss. Nur intakte Pflanzen können auch im nächsten Jahr wieder Früchte tragen. Außerdem sollte nur für den Eigenbedarf gesammelt werden, um keine Lebensmittel zu verschwenden und auch in den kommenden Jahren die köstlichen Schätze der Natur genießen zu können. Des Weiteren sollte man sich vor dem Verzehr wild gesammelter oder gepflückter Lebensmittel zuerst über deren Bekömmlichkeit informieren – und bei Unsicherheit lieber verzichten.

Hilfestellung bei der Suche nach herbstlichen Köstlichkeiten bietet die Website www.mundraub.org, die zeigt, wo sicher und legal geerntet werden darf. Oder man verbindet auf eigene Faust das Spazierengehen mit wilder Kulinarik.

Kontakt

Agentur fairkehr
Hannah Rautenberg
Obere Wilhelmstraße 32
53225 Bonn

presse@katzensprung-deutschland.de

Tel: 0228 98585-65

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Naturparke
Deutschland



Pilze

Herbstzeit ist Pilzzeit. Die ausgedehnten Wälder des Naturparks Niederlausitzer Heidelandschaft laden zum Pilzesammeln ein. Damit das Pilze-Suchen jedoch auch wirklich zu einem Erfolgserlebnis wird – und nicht mit Bauchschmerzen endet – empfiehlt sich die Teilnahme an einer geführten Tour, wie sie beispielsweise im Naturpark Fichtelgebirge angeboten wird.

Wildkräuter – gesund und lecker

Mit Wildkräutern wie Brunnenkresse, Pfennigkraut oder Spitzwegerich lassen sich Suppen, Pesto oder Salate verfeinern. Sie wachsen frei zugänglich auf Wiesen, in Wäldern oder in der Nähe von Sümpfen und Gewässern. Wildkräuter sind oft reich an verschiedensten Vitaminen und Mineralstoffen wie Vitamin C, Kalium, Magnesium oder sogar Eisen. Der Katzensprung-Leuchtturm Tausendgrün's Waldkräuterey kennt sich hier bestens aus und bietet Kurse rund um die vielseitigen Wildkräuter an. Aber auch einige Naturparke haben Wildkräuter-Führungen im Programm, wie zum Beispiel der Naturpark Spessart in Bayern.

Naturnahe Gärten

Man kann sich die Köstlichkeiten der Natur mit etwas Geschick auch in den eigenen Garten holen. Der Leuchtturm Verein Kuhmuhne kultiviert mit viel Wissen und Liebe ungewöhnliche und fast vergessene Gemüse-, Kräuter- und Blumensorten. Auch die Leuchttürme Hof Sickenberg und Albertinenhof tun aktiv etwas gegen den Artenschwund: Blätter, Blüten und Früchte aus Bauergärten und Streuobstwiesen bereichern nicht nur unseren Speiseplan, sondern bieten gleichzeitig vielen verschiedenen Tierarten wertvollen Lebensraum und Nahrung. Das Beste daran: Gäste können selbst aktiv werden und etwas über die wilde Pflanzenwelt lernen – bevor sie verköstigt wird.

Regional und saisonal schlemmen

Wer bei der Ernte lieber zuschaut, kann auf der mit dem Tourismus-Innovativpreis ausgezeichneten „Schwäbischen Kartoffeltour“ die Vielfalt der deutschen Erdäpfel bestaunen. Die Radtour führt über 215 km an insgesamt 10 Gastbetrieben vorbei, die hungrige Radfahrerinnen und Radfahrer mit köstlichen Kartoffelgerichten verwöhnen. Lecker und nachhaltig bekocht wird man auch beim Katzensprung-Leuchtturm Berggasthof Beckenbergbaude. Hier kommt nur auf den Teller, was zur jeweiligen Jahreszeit in der Region wächst.

Die Vorfreude steigt: Mit so vielen kulinarischen Schätzen aus der Natur im Gepäck kann der Herbst gar nicht schnell genug kommen.

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Über Katzensprung

Das Projekt „Katzensprung 2.0 - Aktiv für den Klimaschutz im Deutschlandtourismus“ wird vom Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit im Rahmen der Nationalen Klimaschutzinitiative gefördert. Das Vorhaben ist eine Fortführung des erfolgreichen Pilotprojektes „Katzensprung. Kleine Wege. Große Erlebnisse“ und Verbundprojekt zwischen dem Verband Deutscher Naturparke e.V., dem Institut für Nachhaltige Ernährung und Ernährungswirtschaft an der FH Münster, der Technischen Universität Berlin – Institut für Berufliche Bildung und Arbeitslehre (TUB) sowie des Wuppertal Instituts für Klima, Umwelt, Energie gGmbH.

Bildmaterial

Bildrechte: Schaugarten Schönhagen

Bildunterschrift: Im Herbst bietet die Natur viele kulinarische Schätze. Der Verein Kuhmuhne hat es sich zur Aufgabe gemacht, fast vergessene Gemüse- und Kräutersorten zu bewahren.

Weiteres Bildmaterial zum Projekt finden Sie hier: www.katzensprung-deutschland.de/information/presse/pressebilder/

Pressebüro Katzensprung

fairkehr Verlags GmbH

Obere Wilhelmstraße 32 · 53225 Bonn

Tel. +49 (0)228 98585-65

E-Mail: presse@katzensprung-deutschland.de

Besuchen Sie uns auch online!

Unsere Website: www.katzensprung-deutschland.de

Facebook: www.facebook.com/katzensprungdeutschland.de

Instagram: www.instagram.com/katzensprung_de/

Pinterest: www.pinterest.de/Katzensprung_de/

X: twitter.com/katzensprung_de

Sitz: Bonn - HRB 4546 Bonn

Geschäftsführung: Michaela Mohrhardt und Regine Gwinner

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages